

令和7年 悠々館の7月お知らせ

〔熱中症予防対策事業〕 ヴァイオリン&ピアノが奏でる みんなのサマーコンサート

高嶋ちさ子12人のヴァイオリニストのメンバーでご活躍の月嶋アミさんと、数多くの舞台上で演奏し経験豊かなピアニスト出川小枝子さんが演奏していただきます。

入場無料ですが入場には整理券が必要です
7月23日午前10:00より、ご本人様のみに入場整理券1枚発行いたします。 整理券発行枚数50枚

29日(火)開演:14:00(入場:13:30)

花もも会

【千住消防署】
防災講話

15日(火) 13:30~15:00

住区de団らん

25日(金)
15:30~16:30

【折り紙教室】

7日(月)
28日(月)
13:30~15:00 ひまわり



【簡単な折り紙の日】

26日(土)
13:30~15:00 金魚



【予告】江戸太鼓大鷲会

和太鼓演奏会

8月2日(土) 開演13:00
定員80名 (入場12:30)

〔城北ヤクルト販売〕 おなか元気教室

【テーマ】
「早ね、早おき、朝ごはん、朝うんち」

30日(水)
14:00~14:45

参加無料
申込制
7月1日(火)より
受付開始

定員35名
ヤクルト1本
おみやげ付



各教室開催日時

	教室名	日	時	曜日
悠々部	民謡	9・23	13:30~15:00	水
	詩吟	4・18	13:30~15:30	金
	気功	10・24	14:15~15:45	木
	椅子ヨガ	1	14:00~15:00	火
	朝ヨガ	15	10:00~10:45	火
青壮年部	ハワイアンフラ	15	19:00~20:30	火
	吹き矢	11・25	13:30~15:30	金
	カラオケ	3・17	19:00~21:00	木
	俳句の会	12	13:00~16:00	土
女性部	書道	3・17	10:00~12:00	木
	手芸(木目込)	お休み	13:00~15:00	木
	ストレッチ	8・22	19:30~21:00	火
	脳トレ体操	22	13:30~14:30	火
悠々館	楽しい輪おどり	4・18	13:00~14:30	金
	健康おどり	2・9・16・23	10:00~12:00	水
	悠々館カラオケ	3・17	13:30~15:00	木
	昼カラ	8	13:30~15:30	火
	折り紙	7・28	13:30~15:00	月
	簡単な折り紙の日	26	13:30~15:00	土
	絵手紙	4	10:00~11:30	金

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
おなか元気教室受付開始	椅子ヨガ 健康おどり	悠々館カラオケ 書道	楽しい輪おどり 絵手紙	詩吟	休館日	折り紙 ストレッチ	屋カラ 健康おどり	民謡	気功	吹き矢	俳句の会	休館日	休館日 館内整理日	朝ヨガ ハワイアンフラ	花もも会 健康おどり

17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
悠々館カラオケ 書道	楽しい輪おどり	詩吟	休館日	休館日 海の日	脳トレ体操	サマーコンサート整理券配布 ストレッチ	民謡 健康おどり	住区de団らん 気功	吹き矢	簡単な折り紙の日 休館日	折り紙	サマーコンサート	おなか元気教室	

熱中症注意!



【パンパー・囲碁・将棋・マッサージ機・ダーツ】

利用時間 9:00~17:00

千住本町住区センター

足立区千住5丁目6番2号 TEL/FAX 03-3870-6221